

22



Hábitos para Passar em Concursos

**Dicas e técnicas para acelerar
sua aprovação em concursos
públicos e mudar sua vida**

DIEGO REBOUÇAS



22

HÁBITOS

PARA PASSAR EM

CONCURSOS

Dicas e técnicas para acelerar sua aprovação
em concursos públicos e mudar sua vida

DIEGO REBOUÇAS

Copyright © 2022. 1ª Edição. Todos os direitos reservados.

Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida, distribuída ou transmitida por qualquer forma ou meio, incluindo fotocópia, gravação ou outros métodos eletrônicos sem a prévia autorização por escrito do autor, exceto no caso de breves citações incluídas em resenhas críticas e alguns outros usos não comerciais permitidos pela lei de direitos autorais

Dedico este livro aos meus pais, Fátima e Eucivan,
que sempre acreditaram em mim quando tudo parecia dizer o
contrário.

À minha esposa, Márcia, e minhas filhas, Ester e Clara,
tudo por elas e para elas.

Sumário

A DECISÃO MAIS IMPORTANTE DA SUA VIDA

Você sabe estudar para concursos?

POR QUE DEVO TER OS 22 HÁBITOS NO ESTUDO PARA CONCURSOS?

ANTES DE COMEÇAR, OUTRA DECISÃO IMPORTANTE

Refleta sobre sua experiência e história de vida

Leia os editais dos concursos que poderiam lhe interessar

Não escolha apenas pela remuneração ou número de vagas

Afine seu direcionamento

#H01 - ESTUDE ANTES DO EDITAL

Como acontece um concurso

#H02 - MANTENHA O FOCO

#H03 – UTILIZE UM MÉTODO

Registre seus estudos

#H04 – RESPEITE SEUS LIMITES

#H05 – ESTUDE POR UM ÚNICO E BOM MATERIAL

Cursinho presencial x on-line

#H06 – TENHA UM LOCAL PRÓPRIO DE ESTUDOS

#H07 – FIQUE NA PROVA OBJETIVA

#H08 – PRIORIZE A LEITURA

Lei seca

#H09 – ACOSTUME-SE A ESTUDAR NA TELA DO COMPUTADOR

#H10 – USE A TECNOLOGIA A SEU FAVOR

#H11 – ADOTE O OFF-LINE

#H12 – TENHA UM ESTUDO ATIVO

Questões comentadas

#H13 – FAÇA REVISÕES

#H14 – EVITE RESUMOS

#H15 – FAÇA CONCURSOS

Simulados de cursinhos

#H16 – EXERCITE A AUTOMOTIVAÇÃO

#H17 – EVITE DIVULGAR QUE ESTUDA PARA CONCURSOS

Concurso x Redes Sociais

#H18 – FAÇA EXERCÍCIOS FÍSICOS E TENHA UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Medicamento para memória

#H19 – PROCURE TER UMA BOA NOITE DE SONO

#H20 – INTENSIFIQUE O ESTUDO NO PÓS-EDITAL

#H21 – ESQUEÇA A CONCORRÊNCIA

#H22 – VEJA O OUTRO LADO DA REPROVAÇÃO

**DESAFIO 22 DIAS COM OS HABITOS DA APROVAÇÃO
SOBRE O AUTOR**

ME FAZ UM PEQUENO FAVOR?

A DECISÃO MAIS IMPORTANTE DA SUA VIDA

Você quer, realmente, estudar e passar em um concurso público?

Parece uma resposta fácil, mas deixe-me contar brevemente minha história.

Lembro como se fosse hoje o primeiro dia que estudei para concurso em minha vida. Estava muito empolgado. Já no primeiro dia estudei várias horas. Mas a decisão de estudar para concurso não foi tão fácil assim, pois eu tinha outros planos e ser servidor público sem dúvida estava fora de cogitação.

A ideia surgiu inesperadamente quando eu cursava minha terceira faculdade, já com quase 30 anos de idade, após ter abandonado duas outras (Engenharia Civil e Direito).

Após começar a me envolver na empresa dos meus pais e gostar da dinâmica empresarial, comecei a fazer cursos de gestão, empreendedorismo e liderança. Eu adorava e foi então que decidi que iria me aprofundar na área.

Tranquei o curso de Direito no 6º semestre e iniciei Administração de Empresas com o plano de crescer o negócio da família após a graduação.

As outras faculdades eu havia cursado de forma precária, sendo um aluno mediano para ruim. Mas para o curso de Administração, queria fazer diferente, mudei minha atitude de perdedor e resolvi que seria o melhor aluno da sala.

De fato, concretizei minha meta, na cerimônia de colação da graduação fui diplomado como o aluno com maior nota global dentre os graduandos daquele ano no curso de Administração.

Você deve estar se perguntando o porquê desses detalhes. Faço esse relato para que perceba o quanto determinado eu estava em ser um grande empresário, sendo sincero, eu odiava concursos públicos, desde a época que fazia Direito.

Como eu à época, você hoje talvez tenha outras ocupações e planos, o que torna muito importante a decisão de estudar para

concurso, pois exigirá sua dedicação, foco e abdicação.

Continuando.

Certo dia, meus pais passando por dificuldades na empresa, cansados do estresse diário e prevendo um futuro nebuloso que poderia me aguardar, chegaram para mim e sugeriram: “Diego, por que você não estuda para concursos? Por que você não estuda para ser Auditor da Receita Federal?”.

Ao ouvir essas palavras, confesso que sofri um choque, pois já estava em mais da metade do curso de Administração, estudando com muito afinco e sonhando ser um empresário de destaque. Como disse, nem de longe passava pela minha cabeça ser servidor público, ainda mais Auditor-Fiscal da Receita Federal, um “concurso impossível que só passa gênio”.

Relutei um pouco, mas não neguei de pronto a proposta e fiquei de pensar. Para decidir, fiz o seguinte: pesquisei tudo sobre o concurso, li o último edital e fiz a última prova de Auditor da Receita Federal para ver como me saía, como uma espécie de simulado.

Para minha surpresa, o resultado não foi tão ruim quanto eu imaginava que seria quando comparei com o mínimo de pontos exigidos para não ser reprovado. Lembro que nesse momento pensei: “Opa, não parece ser tão impossível assim passar nisso”.

Ainda não tinha batido o martelo, foi quando fui à livraria e entrei na seção Concursos. Peguei um bendito livro que até hoje lembro o nome: *Manual de Direito Administrativo* de Gustavo Knoplock.

Folheando o livro e lendo algumas páginas, percebi que a didática do professor era muito boa e o conteúdo bastante objetivo. Era um livro fácil de ler e entender, bem diferente daqueles da Faculdade de Direito. Isso mudou meu pensamento sobre a complexidade do material de estudo, e o que antes era impossível, parecia agora estar ao meu alcance.

Comprei o livro e no mesmo dia estudei por várias horas. Tinha, por fim, iniciado minha jornada. Daquele dia em diante não parei de estudar até hoje ser Auditor-Fiscal da Receita Federal do Brasil.

Como você pode perceber, não foi uma decisão tranquila e rápida, pois eu tinha outros planos para minha vida.

Hoje reflito sobre quando eu abominava os concursos públicos, na verdade, tinha medo de enfrentar o desafio. Concurso é para gênio? Longe disso. Você não precisa ser o primeiro. Como diria aquele ditado clichê: eu só precisava de uma vaga. Aprovação em concurso é para quem tem mais disciplina e persistência, estudando corretamente.

Acredito que se você está lendo este livro agora, provavelmente já tomou a decisão da pergunta que fiz no começo deste capítulo ou está bastante tendente a tomar para a seguinte resposta: “SIM, quero estudar e passar em um concurso”. Sei bem como é, este é um momento de muita empolgação e ansiedade. Queremos começar o mais rápido possível e com força total para ser aprovado o quanto antes.

Mas daí vem outra pergunta...

Você sabe estudar para concursos?

O início de meus estudos foi desorganizado e cometi vários equívocos de planejamento e de aquisição de material. As dúvidas eram muitas. Não sabia por onde começar. Pesquisei e conheci algumas metodologias e indicações variadas de bibliografia, de toda forma não sabia como adaptar para minha realidade e por qual material estudar.

Cheguei a comprar dezenas de livros só porque eram de uma coleção para concursos, mas para minha frustração, poucos tinham a qualidade necessária para meu concurso, ou seja, gastei muito dinheiro com material ruim. Comprei também uma coleção de apostilas dessas que vendem em banca de jornal, mas desta vez, por sorte o meu cartão não foi autorizado e a compra cancelada.

Perdi também muito tempo estudando errado por um planejamento extenso para um iniciante como eu. Resumidamente, o plano consistia em estudar todas as disciplinas do concurso para Auditor RFB (quase vinte) de uma só vez. Não evoluía e não deu muito certo, é claro.

Imagino que agora você pode estar em uma situação parecida, perdido sem saber a melhor forma de iniciar. Fique tranquilo. Por meio deste livro lhe ensinarei o “caminho das pedras” para que não cometa as mesmas falhas.

Busquei passar toda minha experiência, tanto como concurseiro que foi aprovado de primeira para alguns dos concursos mais difíceis e concorridos do país, quanto como *coach* (orientador de estudos), com surpreendentes resultados dos alunos.

Os 22 Hábitos para Passar em Concursos são decorrentes de erros e acertos, de muito dinheiro gasto com livros (físicos e digitais) e cursinhos, da observação de relatos de rotina de vários aprovados nos mais diversos concursos do país, bem como da pesquisa em livros sobre técnicas de estudo.

Mas realmente, o que confirma a eficácia desses hábitos é que foram postos em prática de verdade e com sucesso por mim e por

vários outros aprovados, não se tratando apenas de teorias vagas e de achismo.

Você já deve estar ansioso para começar, não é mesmo!?

Convido-lhe a dar o primeiro passo rumo à sua aprovação de forma mais rápida. Tenho certeza de que no fim da leitura deste livro você terá as principais ferramentas para incorporar a rotina do aprovado e encurtar o caminho para conseguir o tão sonhado cargo público.

Para finalizar, se ainda está com dúvidas, desanimado, receoso ou até mesmo se achando velho para enfrentar esse desafio, recordo-me agora de uma frase que sempre levo comigo:

NUNCA É TARDE PARA SER O QUE VOCÊ PODERIA TER SIDO.

É isso aí! Vamos nessa?

POR QUE DEVO TER OS 22 HÁBITOS NO ESTUDO PARA CONCURSOS?

Resposta curta e simples: para ser aprovado mais rápido!

Um hábito nada mais é que uma ação repetida tantas vezes que se tornou automática. Quando entro no carro, automaticamente coloco o cinto de segurança. Quando acordo, vou ao banheiro e escovo os dentes sem pensar. Poderia citar vários exemplos, mas acredito que você já pegou a essência e é isso que faremos no que se refere a estudo para concursos.

Após refletir sobre meu processo de aprendizagem até minhas aprovações, bem como quanto ao desenvolvimento dos alunos no programa de *coaching*, observei que certos hábitos são cruciais para obtenção de resultados expressivos e acelerados.

Garanto que ao incorporar os 22 Hábitos da Aprovação no seu dia a dia, serão economizados tempo e dinheiro. Tempo porque terá foco e passará a estudar corretamente, dinheiro porque terá objetividade no método e no material.

De acordo com o autor *best-seller* James Clear em seu livro *Hábitos Atômicos*, os hábitos moldam sua identidade, assim, segundo ele, você não deve se concentrar no que quer alcançar, mas no que deseja se tornar.

Trazendo para o que nos interessa, ao incorporar os hábitos propostos neste livro sua identidade passará a ser moldada no sentido de alguém que será um concursado, um servidor público (o que você deseja se tornar). Portanto, é nisso que deve se concentrar: a identidade, ser servidor público; o processo, estudar para concursos; já o resultado, passar no concurso.

Quando começo a focar no que quero ser, o processo e o resultado são consequências, pois hábito é sinônimo de menor resistência.

Agora vem a pergunta que não quer calar: em quanto tempo conseguirei incorporar esses hábitos?

Não há consenso, pesquisadores falam em 21 dias de execução constante, já outros estudos em 66 dias. Fato é que o hábito se forma quanto mais repetimos o comportamento.

Nessa linha, é importante quanto tempo estou realizando uma determinada ação para se transformar em hábito, mas mais ainda o número de vezes que a executo, quantas vezes repeti nesse período.

Deixe-me exemplificar para ficar mais claro. Posso lhe dizer que estudei por cinco semanas seguidas. Mas vamos olhar mais de perto. Nessas cinco semanas eu estudei apenas nas segundas-feiras. Digamos agora que eu tivesse estudado de segunda a sexta-feira nas cinco semanas.

Analizando os dois cenários, por qual forma você acha que irei adquirir o hábito de estudar? Pela segunda forma, claro, pois repeti a ação de estudar 25 vezes, enquanto na primeira repeti somente 5 vezes no mesmo período. Resumindo, mais vale a repetição da ação do que o período em que se decorreu.

Por fim, gostaria de pontuar um detalhe. Você perceberá que todos os hábitos são fáceis e simples, o que pode lhe levar a pensar que são óbvios ou mesmo dispensáveis, mas, vai por mim, todos têm uma razão de estar neste livro e sua devida importância. E convenhamos, o óbvio por vezes merece ser dito.

Tenho certeza que os hábitos propostos ajudarão o estudante concurseiro dos mais variados níveis, independente do cargo almejado, pois são compostos de valiosas dicas e técnicas que facilitarão e reduzirão sua caminhada e conquista do tão sonhado cargo público.

ANTES DE COMEÇAR, OUTRA DECISÃO IMPORTANTE

Após ter decidido estudar para concursos, várias formas e técnicas estarão compreendidas em nossos hábitos da aprovação. Todavia, surge mais uma pergunta fundamental:

Para qual cargo ou área irei estudar?

Trata-se de uma questão que deverá ser respondida o mais breve para que você possa aproveitar ao máximo a nova rotina que irá trilhar. Aliás, todo o planejamento depende dessa resposta.

Um grande erro dos estudantes é fazer todo e qualquer concurso. “Foi publicado um novo edital! Opa! Tô fazendo!”. Sem dúvida essa não é uma estratégia vencedora.

Aquele que presta todo concurso que aparece é conhecido como concurseiro metralhadora, pois atira para todo lado, mas, infelizmente, não acerta (aprova) em nada, perdendo cada vez mais tempo.

Desde que iniciei meus estudos para concurso sempre tive como meta ser Auditor-Fiscal da Receita Federal do Brasil, cargo da área fiscal. No meio do caminho prestei concurso e fui aprovado para Analista Tributário da Receita Federal do Brasil, o que acabou sendo o que chamam de concurso escada até meu objetivo final.

Mas perceba, os dois concursos que realizei eram da mesma instituição (Receita Federal) e da mesma área (fiscal), ou seja, em nenhum momento me desviei do foco fiscal.

Se você está em dúvidas sobre qual cargo ou área de concurso focar, passarei adiante quatro dicas que irão lhe ajudar nessa escolha. Vamos a elas.

Refleta sobre sua experiência e história de vida

Um fator que facilitou minha escolha para a área fiscal foi a experiência empresarial no negócio da família, bem como a passagem pela faculdade de Direito e graduação em Administração.

Também havia trabalhado como Agente Autônomo de Investimentos, atividade que analisa a saúde financeira de empresas e da economia para fins de oferta de investimentos.

Após refletir, percebi que possuía pontos fortes e preferência por assuntos ligados à Administração, Direito, Economia e Contabilidade, temas ligados à área fiscal. Portanto, foi natural a escolha para a área fiscal quando meus pais sugeriram, em especial para o cargo de Auditor-Fiscal, que é o cargo máximo.

Dito isso, pare e reflita sobre sua experiência de vida pessoal, profissional e acadêmica, suas preferências e, claro, seus sonhos, para alinhar ao máximo com seu projeto de concurseiro e futura nova função no serviço público.

Leia os editais dos concursos que poderiam lhe interessar

Para decidir se iria enfrentar concursos da área fiscal, especificamente para a Receita Federal, baixei então o último edital do concurso para Auditor-Fiscal da Receita Federal, li e analisei ponta a ponta.

Constatei que as exigências se enquadravam em minhas qualificações, além de me identificar com o órgão e as funções do cargo.

Faça isso: baixe na internet todos os editais de todos os concursos que lhe interesse. Com uma rápida pesquisa no Google você consegue encontrar esses editais. Analise todos os tópicos do edital: as vagas, a remuneração, os requisitos e competências do cargo, as etapas da prova, o conteúdo programático...

Essa verificação minuciosa lhe trará clareza sobre o cargo/área e sobre o concurso em si, proporcionando uma escolha mais assertiva conforme seu perfil.

Não escolha apenas pela remuneração ou número de vagas

Considero esta a dica mais importante. Na ânsia de querer logo passar em algum concurso, o estudante tende a escolher cargos que têm publicação frequente de edital e com elevado quantitativo de vagas (como os da área policial), dando pouca importância para as atividades que irá desempenhar ou mesmo onde, pois afinal, “o que importa é passar”.

Recentemente conversando com um Policial Rodoviário Federal, ele me relatou que nos últimos concursos da PRF tem havido um aumento de reprovações e desistências na fase prática (Curso de Formação Policial).

Presumo que este fato esteja diretamente ligado ao que estamos tratando, pois os exames práticos não se tornaram mais rigorosos. Cargos policiais exercem, em geral, atividade ostensiva de combate ao crime com manuseio de arma de fogo. Será que aqueles candidatos tinham mesmo perfil para serem policiais?

Este foi apenas um exemplo para enfatizar a leitura das competências do cargo e da instituição, pois é fácil visualizar comparando com um cargo policial, mas poderia acontecer com qualquer outro, seja fiscal, jurídico, administrativo, bancário...

Reflita sem pressa se seriam aquelas atividades e competências que estão no edital que você queria fazer para o resto de sua vida, se atendem seu perfil pessoal e profissional, seus valores e princípios. Jamais escolha concurso apenas pela remuneração ou número de vagas.

Outro ponto essencial é sobre a localidade de trabalho. Analise se está disposto a morar longe de família e amigos indefinidamente, por vários anos ou mesmo para sempre, a depender do concurso ser federal, estadual ou municipal. Se tem fortes laços familiares, esta decisão é de grande relevância.

Cargos federais têm uma maior amplitude territorial para remoções (transferência de cidade), mesmo assim não ocorrem com regularidade e muito menos são de livre escolha.

Hoje o trabalho remoto é uma realidade no serviço público, o que lhe possibilitaria morar em qualquer lugar do país. Contudo ainda está em processo de expansão e depende do cargo ou instituição, pois algumas atividades necessariamente devem ser presenciais.

Não é raro o estudante concurseiro dizer que “se aprovado vai até pra lua”. Mas, passada a euforia de assumir o novo trabalho, pode vir a depressão pela distância de familiares e amigos.

Portanto, pondere as competências e a cidade/local onde você poderá trabalhar para não se tornar com o tempo um profissional frustrado e triste.

Afine seu direcionamento

Veja as principais áreas de concurso existentes:

- Fiscal
- Controle
- Policial
- Tribunais
- Ministério Público
- Administrativa
- Jurídica
- Legislativa
- Saúde
- Educação
- Agências Reguladoras
- Financeira e Bancária
- Forças Armadas
- Diplomacia
- OAB (advocacia)
- Tecnologia da Informação

Você pode afinar seu direcionamento para uma área ou para um cargo. Para cada área poderá haver vários cargos das mais variadas competências e níveis.

Em minha preparação preferi focar em um cargo, pois foi a estratégia que julguei à época mais adequada, ainda mais quando surgiam boatos de que o meu concurso estava se aproximando.

Algumas disciplinas são equivalentes para os cargos de determinada área, e essa é a vantagem do foco na área, o que lhe permite ampliar as oportunidades. Contudo, você deve estar ciente de que a depender da esfera do concurso (federal, estadual ou municipal) haverá especificidades, o que lhe exigirá uma constante adequação entre os concursos, mesmo que da mesma área.

Digamos que estudarei para a área de Tribunais. Poderia refinar mais ainda. Decidi então que estudarei para o cargo de Analista

Judiciário do Tribunal de Justiça do Distrito Federal e Territórios. Agora sim temos algo específico.

Nessa linha, você poderá se concentrar em disciplinas que são equivalentes nos concursos da área de Tribunais ou ser mais específico e focar em um cargo, como no exemplo anterior.

Outro exemplo, estudarei para área fiscal. Apesar desta área ter um conjunto de disciplinas comuns, há diversas outras que são divergentes. Um concurso para fiscal federal exige conhecimento da legislação federal, um fiscal estadual da legislação tributária estadual, e assim por diante.

Essas divergências dentro de uma mesma área devem ser consideradas, pois refletem na eficiência do estudo em termos de tempo e base de conhecimento, caso fique migrando entre uma e outra.

Infelizmente a abertura de concursos é imprevisível, havendo alguns que prolongam anos. Portanto, se seu objetivo é um concurso de maior complexidade, você poderá avaliar oportunidades em cargos de menor nível na área escolhida até a abertura do concurso principal almejado, o que chamam de concurso escada.

#H01 - ESTUDE ANTES DO EDITAL

O Edital é a lei do concurso. Quando o edital é publicado se tem início oficialmente o concurso.

Um concurso pode ter várias etapas eliminatórias e/ou classificatórias a depender do cargo. Não nos cabe aqui analisar todas as hipóteses, mas, como vemos na grande maioria dos concursos, no mínimo você irá se deparar com uma prova objetiva na primeira etapa, que em geral ocorre de 2 a 3 meses após a publicação do edital.

Agora pense, quem terá mais chances de ser aprovado, o candidato que começou a estudar 6 meses, 1 ano, 2 anos antes do edital ou aquele que iniciou após a publicação deste?

A matemática é simples e a resposta é óbvia: o candidato que começou a estudar antecipadamente. Os concursos estão com o conteúdo programático cada vez mais extenso, o número de disciplinas pode passar da dezena, o que torna a tarefa de concluir um estudo competitivo em somente 2 ou 3 meses uma missão improvável.

Se o concurso está muito próximo ou já está com edital publicado na data em que você está lendo este livro, a depender de seu nível atual e base de estudos as chances podem variar. Você poderá até intensificar o estudo no pós-edital para tirar algum atraso, mas a antecedência é que lhe deixará mais próximo de um resultado positivo.

No programa de *coaching* é recorrente a procura dos alunos pelo serviço após a publicação do edital achando que temos o segredo para aprovação de um iniciante sem realizar esforço e em curtíssimo tempo. Infelizmente, há pouco a se fazer nesses casos de última hora e o resultado é negativo.

A lição que quero deixar é: não confie no pós-edital e inicie seus estudos o quanto antes. Lembre ainda que o ato de estudar está

diretamente associado a uma rotina de horas de leitura concentrada. Se esta não é sua realidade, a adaptação pode levar mais tempo.

Portando, não procrastine, não espere a proximidade ou mesmo a publicação do edital para começar a estudar. Inicie agora!

Como acontece um concurso

Entender o processo de abertura de um concurso até sua nomeação após a aprovação é uma informação útil que pode alertá-lo da proximidade do edital e assim dar aquele ânimo.

Estudar quando sabemos que o edital está próximo é tenso, mas bem mais motivante do que quando não temos a mínima previsão, não esquecendo que mesmo assim os estudos devem ocorrer com antecedência.

Identifiquei 8 etapas nesse processo. Vamos a elas:

1) Análise orçamentária

Visa verificar se a despesa de contratação dos novos servidores e de realização do concurso está prevista nas leis orçamentárias.

A previsão no orçamento não é garantia de que haverá concurso.

2) Autorização

A autorização é dada pelo chefe máximo, que será, por exemplo, o Presidente da República, Governador ou Prefeito, caso seja um concurso do Poder Executivo Federal, Estadual ou Municipal, respectivamente.

Mesmo que haja previsão no orçamento e estudos indiquem a necessidade de contratações, a autorização ainda depende de priorização política.

3) Formação de Comissão do Concurso

A Comissão do Concurso tem como competência organizar e acompanhar todas as etapas do concurso.

A criação dessa Comissão não é obrigatória, pois suas atividades podem ser realizadas pela própria área de Gestão de Pessoas da instituição interessada.

A Comissão também pode ser criada antes da autorização para elaborar estudos sobre a necessidade de contratação de novos servidores e viabilidade orçamentária.

4) Contração da banca

Autorizado o concurso, a instituição está apta a dar início aos procedimentos de contratação de banca.

5) Publicação do Edital

A banca após finalizar o edital com as diretrizes e o aval da Comissão entregará para publicação no Diário Oficial.

Neste momento o concurso está oficialmente aberto.

6) Etapas do concurso

Após publicação do edital, inicia-se as etapas do concurso com seus prazos, como de inscrição, isenção de taxa, provas, análise de títulos, recursos etc. As etapas divergem conforme o cargo.

O tempo entre a publicação do edital e a primeira etapa de provas geralmente é de 2 a 3 meses.

7) Homologação do concurso

Trata-se da conclusão do concurso com a lista dos aprovados.

Aprovados fora das vagas também podem estar na lista e são chamados de excedentes ou cadastro de reserva.

8) Nomeação dos aprovados

A nomeação dos aprovados ocorre com a publicação dos nomes no Diário Oficial chamando a assumir o cargo.

Há obrigação de se nomear os aprovados dentro das vagas no prazo de validade do concurso, mas não necessariamente todos de uma vez.

Estando nomeado, você deverá comparecer à respectiva instituição que promoveu o concurso e assinar o Termo de Posse. Assinado o Termo, você se tornou oficialmente um servidor público.

#H02 - MANTENHA O FOCO

Concursos sempre existirão até que se mude a Constituição e extinga esse tipo de processo seletivo. Em tempos de recessão e vacas magras, os concursos diminuem, mas não deixarão de ocorrer.

O Brasil é composto pela União, 26 Estados, mais de 5.000 Municípios e o Distrito Federal, todos obrigados a fazer concurso para contratação de pessoal, seja para repor aposentadorias ou reforçar seu corpo funcional. Praticamente todo dia pode-se ter notícia de um novo concurso no país.

Ok. Mas o que quero dizer com essas informações? Ora, que mais cedo ou mais tarde o seu concurso vai acontecer!

Confesso que não tem como não ficar tentado a se desviar no meio do caminho. Você está ali estudando para seu concurso que não tem previsão de sair, ânimo está diminuindo, mas todo dia vê publicação de editais para os mais variados cargos.

Muita calma nesta hora. Lembre-se de que você refletiu sobre suas experiências, leu diversos editais que poderiam lhe interessar, analisou as competências e afinou seu direcionamento até escolher “o cargo” do concurso de sua vida ou sua área de preferência.

Vamos supor que eu decida fazer um concurso de uma área sem qualquer similaridade com meu foco atual porque foi publicado hoje um edital “imperdível”. Para isso, terei que estudar matérias diferentes e gastar algum dinheiro com novos materiais; deixarei então de lado disciplinas do meu concurso foco, perdendo vantagem para outros candidatos que continuaram firmes.

Resumindo, estou ficando para trás da fila dos futuros aprovados. Como você pode perceber, parece arriscado e deve ser bem pensado.

Esclareço que quando sugiro não se desviar não quero dizer que não faça concursos até lá. É possível fazer outras provas sem se

desviar completamente do foco, ainda mais se você estuda para uma área em vez de para um cargo específico.

Aliás, o próprio estudo focado em uma área nos permite abrir o leque, pois pode acontecer do concurso demorar anos sem a mínima perspectiva de abertura. Difícil se manter motivado por todo esse tempo.

Deixe-me lhe dar um exemplo. Se estudo para o cargo de Auditor-Fiscal da Receita Federal, conseqüentemente tenho uma base forte na área fiscal que me permitiria fazer um concurso fiscal estadual ou municipal.

Se essas mudanças entre concursos forem uma constante, pode haver o risco de adiamento da aprovação, pois sempre há diferenças entre editais, mesmo que seja na mesma área. De toda forma, é uma opção a se considerar caso o concurso esteja sem previsão.

Se estudo para Analista do Tribunal de Justiça de São Paulo, caso esteja imprevisível, poderia partir para Analista de TJ de outro estado. No caso de concursos de Analista de Tribunal, devemos ter cuidado com as especificidades para que a mudança não seja radical, por exemplo, Tribunal Eleitoral e Tribunal do Trabalho.

Não seja então um concurseiro metralhadora. Conheço vários concurseiros que adotaram essa estratégia de fazer o que aparecia e até hoje ainda não conseguiram aprovação.

É normal que fiquemos tentados diante de novos editais, mas mantenha o foco seguindo firme no propósito que a recompensa há de vir quando seu tão esperado edital for publicado.

Abordarei novamente esse assunto no Hábito da Aprovação nº 15: Faça concursos. Segue na leitura!

#H03 – UTILIZE UM MÉTODO

O uso de uma metodologia faz parte da estratégia para o alcance do sucesso, que é a aprovação em nosso caso. O método pode ser definido como uma reunião dos meios por quais são possíveis alcançar um objetivo.

Há diversos métodos de estudo disponíveis. De forma resumida os mais recorrentes para concursos são:

- *Estudo por Disciplina* - o estudo concentra-se em uma disciplina até finalizá-la. Somente após o estudo completo da disciplina, inicia-se outra e assim sucessivamente até concluir todas do edital;
- *Estudo Tradicional* – neste caso o estudo ocorre por disciplinas definidas em dias da semana. Exemplo: Segunda é dia de Português e Matemática, terça de Direito Administrativo, quarta de Direito Constitucional... até o preenchimento da semana com as disciplinas do edital;
- *Ciclo de Estudos* – já neste método criado pelo Prof. Alexandre Meirelles, as disciplinas são distribuídas de forma sequencial, conforme uma carga horária pré-definida. Não necessariamente todas as disciplinas do edital devem estar contidas no ciclo inicial, analisa-se o peso de cada uma, o conhecimento prévio do aluno, bem como a carga horária disponível. Após o fim de uma disciplina, outra será incluída, e a que foi finalizada se mantém no ciclo com carga horária reduzida apenas para revisão e resolução de questões. O Ciclo pode englobar o estudo de teoria, jurisprudência, lei, questões e revisão. Exemplo: Ciclo de estudos inicial com três disciplinas: 1ª) Português - 2 horas; 2ª) Dir. Constitucional - 2 horas; e 3ª) Dir. Administrativo - 2 horas. Esse Ciclo rodará durante a semana, sempre continuando de onde parou, conforme a meta de estudo diário.

O Estudo por Disciplina pode ser o mais fácil de se implementar, mas é monótono, pois você pode passar semanas em um mesmo conteúdo, além de que as primeiras disciplinas estudadas podem ficar prejudicadas no final em razão do longo tempo sem serem revistas. Já o Estudo Tradicional é engessado, pois, caso um dia seja perdido, o planejamento é quebrado.

Dentre esses métodos utilizei o Ciclo de Estudos tendo em vista a praticidade, pois bastava continuar o estudo de onde parei; e a flexibilidade, conforme aumentava ou diminuía a carga horária, ajustava o número de disciplinas e o tempo para revisões e questões.

Defina metas realistas à sua rotina e dia a dia. As metas podem ser horas por dia, horas por semana, páginas por hora e meta de percentual de acertos. Em meus estudos adotei a meta de horas por dia e de percentual de acertos.

Registre seus estudos

Outro ponto muito importante é o registro do estudo, pois afinal, o que não se mede não se gerencia.

Como saberei se estou evoluindo se não sei meu percentual de acertos? Como saberei o que devo revisar se não anoto o que estudei a cada dia?

O registro de estudos pode se dar no papel, quadro branco, planilha (de preferência on-line) ou mesmo aplicativos. Utilizei quadro branco, no qual fazia um calendário mensal, e planilhas.

A planilha de acompanhamento dos alunos que desenvolvi no programa de *coaching* possui as seguintes tabelas: Ciclo de Estudos para fácil consulta; registro das horas líquidas e do que foi estudado a cada dia; registro do percentual de acertos de questões por disciplina. Simples assim.

Possuir e manter-se em um método e efetuar o registro diário dos estudos lhe permite gerenciar seu planejamento para que possa fazer os ajustes necessários ao longo da caminhada. A falta de organização e controle são fatores que prolongam o estudo errado e provocam a desmotivação, pois o estudante fica perdido e sem rumo, resultando por fim na desistência.

#H04 – RESPEITE SEUS LIMITES

O início de um novo projeto sempre é muito empolgante e para o objetivo de ser aprovado em concurso público não é diferente.

Pelo fato dos concursos possuírem conteúdo programático cada vez mais extenso, e na vontade de estudar tudo o mais rápido possível para estar preparado o quanto antes, alguns estudantes acabam por exagerar.

Desde já entenda: mais tempo de estudo não necessariamente corresponde a mais conteúdo assimilado. Mais valem 3 horas bem estudadas do que 6 horas atropeladas, e é justamente neste ponto que os hábitos da aprovação entram, para que você tenha horas bem estudadas.

Escutamos por aí que fulano estuda 10 a 12 horas líquidas todo dia. São relatos que devemos ter cuidado, pois cada um tem sua realidade e limite. Essa é uma carga horária elevada que pode comprometer não só a qualidade do estudo como a saúde do estudante. Além de que acredito ser uma meta insustentável a longo prazo, o que acaba por provocar desmotivação e desistência.

No programa de *coaching*, quando pergunto para o aluno quanto tempo ele teria disponível para estudo diário, quase todos respondem de forma superestimada e prometem uma carga horária que acabam não cumprindo.

Não adianta o exagero de horas de estudo contínuo e sem pausa. Ao final de um dia de estudo intenso vem um grande cansaço mental e físico e as chances de um bom aproveitamento nas últimas horas são baixas.

Recordo-me que no meu estudo pós-edital adotei um ritmo de estudo pesado. Radicalizei total. Nos fins de semana que eu tinha mais tempo livre me excedia a ponto de no fim do dia ficar completamente esgotado. O conteúdo eu lia ou assistia, mas já não assimilava muita coisa. E pior, no dia seguinte, devido à sobrecarga

do dia anterior, meu rendimento baixava significativamente, pois o corpo e a mente não tiveram tempo de recuperação.

Pensando depois sobre essa intensidade, tenho dúvidas se realmente acrescentou conhecimento de forma relevante para o resultado aprovação, pois foi um estudo extra precário. Penso que poderia ter obtido o mesmo resultado se tivesse relaxado mais, quem sabe até um resultado melhor, pois o estudo teria mais qualidade e melhor absorção.

A seguir algumas dicas para lhe ajudar a respeitar seus limites:

- *Faça pausas no estudo de até 10 minutos a cada 60 minutos.* Após essa pausa voltamos mais revigorados para dar seguimento;
- *Tire um dia da semana para não estudar.* Geralmente um sábado ou domingo. Esse momento de descanso e lazer renova as forças e descansa a mente;
- *Não se compare com os outros.* Alguns têm o dia todo livre, outros trabalham, outros ainda fazem faculdade, tem também quem cuide da família. Perceba que cada um tem sua própria rotina diária, uns com mais tempo, outros não. O estudo constante e disciplinado independente da carga horária lhe dará a aprovação mais cedo ou mais tarde, isso que importa;
- *Comece devagar e mantenha a qualidade.* Não adianta fazer metas irrealista que não serão cumpridas ou que lhe sobrecarregarão.

Aproveito para alertá-lo que não existe uma carga horária de estudos ideal para aprovação. Claro, quanto mais tempo tenha, mais adiantado estará. Quem dirá essa meta de horas será você após reflexão sobre sua rotina diária. No fim, quem tem mais e quem tem menos horas disponíveis conseguirá o objetivo caso se mantenha disciplinado.

Se você hoje tem somente uma ou duas horas de estudo por dia, não se pressione, qualquer estudo é melhor do que nada. Com o

passar do tempo e da incorporação do hábito de estudar você começará a aumentar seu tempo de dedicação.

#H05 – ESTUDE POR UM ÚNICO E BOM MATERIAL

Se você já teve a curiosidade de pesquisar por materiais de estudo para concursos, deve ter se deparado com uma infinidade de opções e a dúvida de escolher.

De forma genérica, quando falo materiais quero dizer livros, cursinhos on-line e presenciais, e-books, aulas em vídeo, apostilas... Há tanta variedade no mercado que uma escolha que parecia fácil torna-se difícil e pode até nos paralisar na indecisão.

Considero que a estratégia ideal é pesquisar e escolher um único e bom material base de estudo. Na pesquisa, lembre-se do objetivo, estudo para concursos, pois um livro que é adotado em faculdade pode não ser o mais adequado para concursos, principalmente em razão da objetividade do conteúdo, didática e metodologia.

A ideia do material único é formar primeiro uma boa base teórica.

Você pode ficar tentado a estudar por vários materiais paralelamente pelo receio de deixar de ver algum conteúdo que poderia ser cobrado na prova e não foi abordado no material único escolhido. Fato é que nenhum material do mercado é 100% completo e perfeito. Esteja ciente de que mesmo você sendo PhD em Direito Constitucional, se o examinador quiser, você zera a prova de Constitucional e qualquer outra.

Apesar do material único, outros materiais poderão ser utilizados de forma excepcional, seja para reforçar uma matéria em que tenha dificuldades ou para uma etapa posterior no sentido de suprir ou aprofundar alguns pontos.

Assim, pesquise e escolha seu material único e mais completo possível. Não precisa ser o campeão de vendas do mercado. As indicações dos aprovados podem reduzir as opções de maneira mais assertiva. Analise o material demonstrativo liberado, se você gostou da didática do professor e o conteúdo abrange seu edital, pode ser este seu material estudos principal. Adote-o e siga firme por ele sem medo de ser feliz.

Cursinho presencial x on-line

Particularmente nunca fui adepto dos cursinhos presenciais. Matriculei-me em alguns, mas sempre abandonava, principalmente porque achava que perdia tempo pelo deslocamento de casa até a sala de aula.

Entre as vantagens dos cursinhos on-line, posso listar a possibilidade de estudar em qualquer lugar com os melhores professores do Brasil. Não há perda de tempo de deslocamento, as aulas são gravadas e podem ser assistidas quantas vezes quiser até mesmo pelo celular e a qualquer hora do dia. Contudo, nem tudo são flores, por estar disponível de forma fácil e imediata, exigirá uma maior disciplina e concentração para seguir um cronograma.

Já sobre os cursinhos presenciais, os alunos que escolhem ir para uma sala de aula física relatam que preferem essa modalidade principalmente pela sensação de obrigação de ter de ir para a aula, o que lhe “forçaria” a estudar e ter atenção, como também a facilidade de interagir com o professor e tirar dúvidas.

#H06 – TENHA UM LOCAL PRÓPRIO DE ESTUDOS

Ter um local próprio de estudos é o ideal para que você possa estudar sem interrupções e de forma mais concentrada.

Esse local não precisa ser necessariamente em sua casa, pode ser em uma biblioteca pública, faculdade, sala de estudos alugada, um espaço no trabalho que possa ser utilizado no intervalo do almoço, enfim, qualquer local que lhe permita estudar algumas horas sem importunações. Lugares abertos não acredito que sejam ideais pela facilidade de distração.

Um local específico para estudar é interessante também pela possibilidade de customização e deixá-lo convidativo. Nele você pode colar na parede suas anotações, dicas, lembretes e frases motivacionais; deixar seus livros, impressões e material de escritório a fácil alcance; utilizar uma cadeira mais confortável; organizá-lo de forma que propicie um estudo agradável e ative seu gatilho mental de estudar. Ao chegar àquele local, inconscientemente você entrará em um estado de espírito de foco e concentração.

Esse detalhe lhe proporcionará um salto de qualidade em seu rendimento.

#H07 – FIQUE NA PROVA OBJETIVA

A depender do concurso, diversas podem ser as etapas que devem ser enfrentadas. Um concurso pode ter prova objetiva, discursiva, análise de títulos, prova oral, prova física, entre outras. Contudo, para que nos preocuparmos com antecedência com fases que sequer sabemos se iremos fazer?

Todos os esforços devem ser assim concentrados para se prestar uma excelente prova objetiva, geralmente a primeira etapa eliminatória. E quando falo excelente prova, leia-se ser aprovado na prova objetiva, até porque se não passar por essa etapa, o concurso acabou para você e de nada adiantou a preparação e preocupação com etapas posteriores que não serão realizadas.

O foco na objetiva é essencial também por ter uma grande abrangência teórica, ou seja, se você está bem-preparado para essa prova, conseqüentemente terá base de conteúdo para enfrentar com tranquilidade as etapas posteriores, somente tendo que se adequar à forma de cobrança.

Por exemplo, para prova discursiva haveria de treinar as técnicas para uma boa redação; prova oral, técnicas de oratória.

Veja bem, com o conhecimento teórico geral adquirido previamente, as técnicas de discursivas já poderiam ser encaixadas no estudo para treino.

Muitos concursos realizam as provas objetiva e discursiva no mesmo dia ou fim de semana. Nessas situações a preparação para a prova discursiva não pode ser deixada de lado e deve ocorrer paralelamente à prova objetiva. Mas, mesmo assim, procure primeiro ter uma base teórica. Como você irá escrever sobre algo que não entende ou estudou? No mais, lembre ainda que somente determinado número de candidatos tem discursiva corrigida, conforme nota de corte (pontuação mínima) da prova objetiva definida no edital.

#H08 – PRIORIZE A LEITURA

O conteúdo programático de um edital de concurso pode ser estudado basicamente pelas seguintes formas: por livro, apostila, e-book (livro digital ou simplesmente PDF) ou por videoaulas.

Estudar por PDF ou por videoaula é uma das dúvidas que mais perturbam a cabeça de um estudante, e muitos acabam por utilizar os dois paralelamente, o que pode custar um tempo precioso.

Independentemente de seu nível como estudante para concursos, recomendo priorizar a leitura, pois lhe proporcionará rapidez na leitura das questões da prova, bem como facilitará a memória fotográfica, aquela em que você fará uma automática associação do que está na prova com o material lido.

O PDF considero um excelente material de estudos por trazer o que chamo de *Os 4 Pilares da Aprovação*: teoria/doutrina de forma objetiva e didática, transcrição da legislação mais importante, jurisprudência dominante (principais julgados dos tribunais superiores) e questões comentadas.

Apesar de o PDF estar dominando o mercado para concursos, estão surgindo livros físicos que utilizam a metodologia do PDF e possuem excelente qualidade.

Não estou descartando as videoaulas, pois estudei por elas também e são essenciais para tornar o conhecimento completo. Contudo, o momento que sugiro incluí-las seria nas seguintes situações:

- *Leio o material, mas tenho dificuldades de entender* – neste caso o professor na videoaula pode trazer uma explicação mais detalhada;
- *Estudo de Reta Final (pós-edital)* – no material de reta final o professor buscará resumir a teoria e pontuar o que seria mais provável de cair em prova. As videoaulas de resolução

de questões são um diferencial como método de revisão na reta final;

- *Estudo de disciplinas de exatas* – observei que tinha mais facilidade de compreensão dessas disciplinas com as explicações do professor em videoaulas, que demonstra a aplicação das principais fórmulas matemáticas e bizus na resolução de questões;
- *Terminei de fazer a leitura de todo o material teórico* – após finalizar a leitura completa da teoria por seu livro ou PDF, assistir às videoaulas consolidará o entendimento. Pelo maior tempo que exige, analise se é viável caso o edital esteja próximo.

Mais uma última dica que pode parecer óbvia, mas não custa nada falar, sempre inicie seus estudos pela teoria/doutrina para criar uma base de entendimento do conteúdo programático.

Ora, como você pretende acertar questão de um conteúdo que nunca estudou? Encontro com frequência estudantes iniciantes que querem forçar o aprendizado fazendo apenas questões ou assistindo a videoaulas de resumo. Utilizam essa estratégia quando o concurso está próximo ou já teve edital publicado, mas as chances de aprovação são baixas.

Lei seca

A chamada “lei seca” nada mais é que a legislação propriamente dita, a letra da lei sem qualquer anotação ou comentário de doutrinador.

Já se observou que até 60% de uma prova de concurso poderia ser respondida apenas com a letra da lei, o restante com doutrina e jurisprudência. Por conta disso, os professores de concursos procuram sempre citar ou transcrever os artigos de lei mais recorrentes nas provas.

Vou ser sincero, ler a lei pura e seca não é uma atividade prazerosa, mas se buscar ter o conhecimento teórico prévio, a leitura ocorrerá com mais fluidez e entendimento.

Seguem algumas dicas para tornar o estudo da lei menos enfadonho:

- Leia a teoria antes de ler a lei seca;
- Copie a lei de interesse diretamente do site do Planalto (<http://www4.planalto.gov.br/legislacao/>) e cole no seu editor de texto (Word, por exemplo). O site do Planalto contém a legislação mais atualizada;
- Selecione todo o texto, aumente o tamanho da fonte e o espaçamento entre linhas para facilitar a leitura;
- Leia a lei de forma ativa, negritando, sublinhando e/ou destacando em cores as palavras e termos-chave, bem como fazendo pequenas anotações;
- Faça metas de leitura (Exemplo: 10 artigos da Constituição Federal por dia).

Enfatizo que é indispensável a leitura completa das principais legislações do seu concurso, como a Constituição Federal, Código Tributário Nacional, Código Civil, Código Penal, Lei de Improbidade etc.

#H09 – ACOSTUME-SE A ESTUDAR NA TELA DO COMPUTADOR

Calma, sei que muitos não conseguem passar horas estudando pelo computador ou simplesmente não preferem dessa forma. Tranquilo. Para início de conversa, esclareço que este hábito não é um fator que seja essencial para sua aprovação, mas pode lhe trazer eficiência e ganho de tempo.

Tentei por várias vezes estudar por material impresso. Gastei muito dinheiro com impressão de e-books (PDF) e legislação. Fui percebendo que não estava sendo prático por conta do grande volume de papel que tinha que manusear, além da rápida desatualização de algumas disciplinas.

Assim, comecei a estudar somente pela tela do computador, que também pode ser um *tablet* ou mesmo um celular, se a tela for grande para uma leitura confortável.

Economizei dinheiro com impressão; poderia levar o material para qualquer lugar pois estava tudo no meu notebook ou até mesmo no celular; senti que tinha mais rapidez de leitura; o material estava sempre atualizado; e poderia fazer destaques e anotações diretamente no PDF ou em um documento *word* à parte.

Sei que o estudo 100% por telas cansa a visão com mais rapidez. Para diminuir esse cansaço, podemos mesclar uma parte em tela, outra em material físico, como também fazer as anotações em caderno. Isso tudo vai tornar o estudo mais dinâmico e poupar sua vista.

Para quem estuda somente por livros, este hábito não se aplica, pois o uso de computador será pontual para pesquisas, produção de resumos e anotações ou resolução de questões on-line.

#H10 – USE A TECNOLOGIA A SEU FAVOR

A tecnologia disponível pode nos trazer eficiência com otimização do tempo e da organização.

Podemos fazer uso de aplicativos de gerenciamento de estudos, planilhas on-line, depósito do material na “nuvem” (serviço de armazenamento de arquivos on-line), áudio-books, pesquisa Google, plataforma de questões comentadas e até a própria plataforma dos cursinhos, que estão cada vez mais avançadas e com ferramentas que podem facilitar nossa vida.

Utilize somente o essencial que possa lhe trazer um diferencial. Como os materiais, as ferramentas tecnológicas são diversas e não precisamos de todas.

#H11 – ADOTE O OFF-LINE

O estudo concentrado e sem distrações sem dúvida é a maior dificuldade do estudante. Um local de estudos específico ajuda bastante, contudo, hoje temos as redes sociais que são o inimigo número um para a concentração, seja no trabalho, seja no estudo, seja até mesmo no próprio convívio social.

Para me livrar dessa constante tentação que estava na palma de minha mão (celular), adotei o *off-line* enquanto estudava. Deixava o aparelho desligado por todo o período que estabeleci como meta de estudo ou utilizava o *modo avião* e o guardava em um local que não ficasse de fácil alcance.

Se quiser tratamento de choque, saia das redes sociais e exclua os aplicativos.

As redes sociais também podem ser acessadas pelo computador. Ficar verificando e-mail também se tornou para mim uma mania e vilão da produtividade. Exclua esses *links* dos favoritos no navegador e, ao usá-lo, concentre-se na atividade que importa, como uma rápida pesquisa ou registro dos estudos em planilha.

#H12 – TENHA UM ESTUDO ATIVO

Estudo ativo é aquele em que você interage com o material. Ler ou assistir à videoaula por si só seria um estudo passivo, aquele em que você apenas absorve o conteúdo sem garantia de assimilação e fixação consistente.

Estudar ativamente é fazer anotações, resumos e destaques, treinar com questões comentadas, formular questões próprias e respondê-las, criar mapas mentais, diagramas, *flashcards*, tirar dúvidas com o professor etc. Todas essas ações tornam o estudo ativo, que lhe ajudará no aprendizado acelerado e na maior memorização do conteúdo.

Ao desenvolver seu material no estudo ativo, procure ser objetivo e sucinto para que não dedique mais tempo fazendo mapas mentais e resumos, por exemplo, do que estudando e avançando no conteúdo.

Mais uma vez, diversas são as formas disponíveis para tornar um estudo ativo e não necessariamente precisamos de todas. Seja essencialista na escolha do método. Tornei meu estudo ativo basicamente com pequenas anotações, destaques no material e resolução de questões comentadas.

Questões comentadas

Resolver questões, e de preferência comentadas, deve ocorrer durante toda a preparação na medida em que vamos terminando o conteúdo das disciplinas.

O estudante tende a dar excessiva importância para teoria e revisões, adiando a resolução de questões, muitas vezes por receio de errar.

Não tenha medo de fazer questões, pois a hora de errar é agora, antes da prova.

Resolver questões comentadas torna o estudo ativo, complementa a teoria, serve como forma de revisão, revela a evolução do estudo e em que parte do conteúdo ou disciplina temos mais dificuldades e indica como e quais conteúdos são mais cobrados pela banca.

Os materiais próprios para concursos em geral sempre trazem uma lista de questões comentadas, mas hoje também encontramos algumas plataformas (sites) voltadas para a resolução de questões e com comentários (de professores e dos próprios usuários da plataforma), além da possibilidade de incluir filtros. São exemplos de filtros: disciplina, ano, banca, dificuldade, conteúdo, escolaridade, área.

#H13 – FAÇA REVISÕES

Estudos concluíram que em apenas 24 horas após o estudo de determinado conteúdo já temos uma grande perda do que estava gravado na memória de curto prazo. Trata-se da chamada Curva do Esquecimento. A atitude que devemos tomar para diminuir essa perda, que é inevitável, é incluir revisões periódicas em nosso planejamento.

Entre os métodos de revisão, posso citar:

- *24h/7d/30d* – a aula estudada hoje será revisada após 24 horas, depois novamente em 7 dias e por fim outra vez após 30 dias;
- *Cumulativa* – finalizada uma aula ou capítulo, somente passar para a seguinte após revisar as anteriores;
- *Por Blocos* – dividir o conteúdo programático da disciplina em três ou quatro blocos, ao fim de cada bloco é realizada uma parada para revisão do estudado até o momento;
- *Repetição* – reler todo o conteúdo teórico. Como a matéria não será mais estranha para você, a releitura será rápida e com maior fixação;
- *Questões comentadas* – uma excelente maneira de treino e revisão, como também de preparação para a forma de cobrança do examinador.

O que deve ser revisado depende do que foi produzido no estudo ativo. A revisão pode consistir em uma leitura rápida e objetiva do material, anotações, resumos, *flashcards*, mapas mentais, *slides* e gravações de videoaula ou mesmo a resolução de questões comentadas, tudo dentro de um período previamente estabelecido no planejamento.

#H14 – EVITE RESUMOS

Evitar não quer dizer que não faça. Aliás, resumos são excelentes para revisões. O próprio ato de criar o resumo da matéria ajuda na memorização e assimilação do conteúdo.

Porém, existe um problema, fazer resumos demanda longo tempo, principalmente porque o estudante tem dificuldades na objetividade.

O estudante que gosta de fazer resumos e relata aprender somente ao fazê-los não está estudando errado, nem deve deixar de criá-los. Mas, que sejam curtos para que não se dedique mais tempo os fazendo do que avançando na matéria.

Fato é que resumo não é pré-requisito para aprovação. Eu não fiz nenhum resumo em toda minha preparação. Caso sinta necessidade, somente tenha cuidado com a relação objetividade e tempo, especialmente se o concurso está próximo ou com edital publicado.

#H15 – FAÇA CONCURSOS

Se você desejar simular um ambiente de prova, nada melhor que fazer concursos reais!

Imprescindível passar por essa experiência previamente. Sentir a pressão do momento ampliará a visão de sua preparação, em especial sobre o controle do tempo de prova e da ansiedade, evitando-se que tudo seja uma novidade na hora H, o dia de seu concurso foco.

A ansiedade e o nervosismo são inevitáveis por mais preparado que você esteja, é natural do ser humano, mas podemos amenizar passando por experiências de concurso.

Fazer provas contribui ainda para diminuir as chances do famoso “branco”, uma defesa do cérebro que em razão do nervosismo faz um bloqueio das informações; como também de deixar questões em branco pela falha no gerenciamento do tempo de prova.

Fazer concursos não necessariamente implicar em mudar o foco, desde que seja na mesma área ou similar.

Digamos que meu foco seja ser Delegado Federal. Concurso para Agente da Polícia Civil pode ser uma excelente experiência. É um cargo da mesma área policial e com diversas disciplinas equivalentes, não há uma saída total do foco do cargo específico e está na linha de se manter na área. Se for estudar disciplinas diversas, analise se vale a pena o desvio.

Foco Auditor-Fiscal Federal (RFB), faça concurso de Auditor Estadual ou Municipal. Como são da mesma área, posso considerar esses concursos como um treino e até como degrau para meu objetivo final.

Simulados de cursinhos

O simulado consiste em uma prova inspirada no último edital para medir o nível atual do estudante considerando um concurso específico. De preferência, o estudante deve recriar as condições do concurso, como horário e tempo de prova.

O simulado pode ser com provas passadas ou inéditas (criadas por cursinhos). Nos simulados de cursinho os professores produzem questões que julgam próximas do perfil de determinada banca de concurso.

Mas, veja bem, por mais que o simulado inédito tente se aproximar do que seria cobrado pela banca, há possibilidade de nada ter a ver com a prova real.

Nunca fiz simulados de cursinhos para evitar o impacto emocional negativo caso meu resultado fosse ruim, ainda mais por um simulado que poderia não ter nenhuma semelhança com o que enfrentaria na prova real.

Caso deseje fazer simulações, recomendaria antes do edital e com provas passadas do concurso.

Se esse fator não for um problema para você independentemente do momento, aproveite os benefícios: revisão pelos comentários das questões e identificação dos pontos fracos na matéria.

Esta dica tem como finalidade apenas o resguardo emocional, especialmente na proximidade da prova.

#H16 – EXERCITE A AUTOMOTIVAÇÃO

Conforme o Dicionário On-line de Português, motivação é o “ato ou efeito de motivar, de despertar o interesse por algo; reunião das razões pelas quais alguém age de certa forma”.

Motivação = Motivo + Ação. Quero proporcionar uma vida melhor para mim e minha família (motivo), portanto estudarei todos os dias até ser aprovado (ação).

Já o ato de se automotivar seria não depender de fatores externos para se manter interessado e agindo no rumo do objetivo.

Manter-se motivado durante a preparação para concurso não é uma tarefa fácil. Com frequência temos altos e baixos, momentos de ânimo e desestímulo, dias em que dá vontade de abandonar tudo. Mas, felizmente algumas técnicas podem nos ajudar a não desistir e seguir no propósito.

Entre as formas de automotivação, posso citar a criação de um Mural dos Sonhos, que seria uma coletânea de imagens do que você realizará após ser aprovado, pode ser um carro novo, uma viagem, uma casa nova para a família, uma doação, o local do futuro trabalho.

Utilizei muito a técnica da autoafirmação da aprovação. Todos os dias antes de dormir eu escrevia em uma folha de papel: “Vou ser aprovado no próximo concurso para Auditor-Fiscal da Receita Federal”. Preguei no meu quarto de estudos folhas com a remuneração que iria receber no meu futuro cargo e frases afirmando que eu iria conseguir a aprovação.

Quando eu estudava, morava com meu primo. Todos os dias, antes de ele sair para o trabalho, eu dizia que ia ser aprovado na Receita Federal. Quando ele chegava, repetia o mantra, às vezes como brincadeira: “Pedro Henrique, deixa eu te contar o que aconteceu hoje. Estava na janela e de repente um passarinho chegou para mim e me disse que eu seria aprovado para Auditor-Fiscal da Receita Federal”.

Lembro também que, já próximo da prova, no fim de um dia intenso de estudos, fiz uma *selfie*. Esta foto transmitia meu cansaço diante de uma pilha de livros após mais um dia vencido. Para motivação, prometi que no dia que eu fosse aprovado iria publicar aquela foto nas redes sociais manifestando a todos que havia conseguido e agradecendo a quem me apoiou nessa trajetória, o que de fato fiz com muito orgulho e satisfação.

Exercite a automotivação e autoafirmação da aprovação, que quase como mágica você perceberá que tudo começará a conspirar no sentido da vitória.

#H17 – EVITE DIVULGAR QUE ESTUDA PARA CONCURSOS

A divulgação de seus objetivos somente lhe trará ansiedade, pressão interna e externa desnecessária e até inveja.

Fico imaginando todas as vezes que encontrar amigos e familiares ter que se deparar com a famigerada pergunta: “E aí, já passou no concurso?”.

Caso comente, que seja com pessoas que lhe incentivem e torcem verdadeiramente pelo seu sucesso.

Concurso x Redes Sociais

Hoje não é difícil encontrarmos nas redes sociais o concurseiro-blogueiro, que fica relatando sua suposta rotina diária de estudos.

Você que usa rede social sabe, sempre que fazemos uma postagem ficamos na expectativa de conferir quantas pessoas curtiram ou comentaram. Essa é umas das razões que fazem o sucesso das redes sociais, o que as tornam viciantes.

Vejo com receio e não recomendaria essa atenção dividida na gestão de um perfil de rede social com um efetivo estudo para concursos. Como abordei no Hábito da Aprovação #11 (Adote o *Off-line*), como última medida, se necessário, exclua suas redes sociais.

#H18 – FAÇA EXERCÍCIOS FÍSICOS E TENHA UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

De todos os hábitos, este infelizmente foi o único que não dei o devido valor, um diferencial que deixei de aproveitar, mas que desejo para você: corpo e mente saudáveis.

A alimentação equilibrada e rica em nutrientes, vitaminas e minerais proporciona a reposição energética do cérebro e potencializa seu desempenho cognitivo, memória e concentração.

Quanto à rotina de atividades físicas com regularidade, podemos indicar ganhos na concentração e rapidez na aprendizagem, resistência mental e combate ao estresse. Vamos lembrar ainda que exercícios físicos fazem nosso corpo liberar endorfina, um neurotransmissor responsável pelo bem-estar e humor.

Não há dúvidas de que a junção de alimentação saudável com exercícios só nos traz benefícios, mas, para fechar, nada como a opinião de uma especialista.

Adiante um breve artigo da nutricionista esportiva Maraline Sena (perfil Instagram: [@maralinesena](https://www.instagram.com/maralinesena)).

A atividade física faz parte do dia a dia e traz diversos benefícios, como o controle do peso e a melhora da qualidade de vida, do humor e da disposição.

São exemplos de atividade física: caminhar, correr, pedalar, subir escadas, carregar objetos, dançar, limpar a casa, passear com animais de estimação, cultivar a terra, cuidar do quintal, praticar esportes, lutas, ginásticas, yoga, entre outros.

Você pode fazer atividade física no seu tempo livre com base nas suas preferências e oportunidades. Tenha em mente que fazer qualquer atividade física, no tempo e lugar em que for possível, é melhor que não fazer nada. É importante para a sua vida e mesmo

ao praticar somente por alguns minutos, você pode obter benefícios para a sua saúde.

Para se manter ativo é muito importante ter uma alimentação equilibrada que promova energia para desempenho das suas atividades, te mantenha saudável e, além disso, ajude no controle do peso.

Consuma ao longo do dia cereais e grãos integrais, proteínas, frutas, verduras, legumes e laticínios. Evite consumir os mesmos tipos de alimentos a cada semana, isso pode resultar em uma dieta inadequada e em fadiga crônica. Quanto mais variada for sua alimentação, maior a ingestão de vitaminas, minerais e outros nutrientes.

Lembre-se: não negligencie o consumo de carboidratos! São a principal de energia para o nosso organismo, especialmente para o cérebro (e você vai precisar muito dele). Para isso, os grãos integrais são as melhores fontes, pois também fornecem fibras e vitaminas.

Medicamento para memória

Está crescendo a oferta de medicamentos que prometem aumentar o foco, a atenção, a memória e o raciocínio. São os nootrópicos, conhecidos como drogas da inteligência.

Alerto sobre o perigo da automedicação, ainda mais com medicamentos e suplementos que podem não ter eficácia comprovada. Antes de ingerir qualquer medicação desse tipo, consulte seu médico.

#H19 – PROCURE TER UMA BOA NOITE DE SONO

Um boa noite de sono, considerada ideal para um adulto, seria dormir entre 7 e 9 horas por dia. É essencial para um completo descanso do corpo e da mente.

Acredito que você já deve ter passado pela experiência de uma noite mal dormida. Quando acontece, o dia seguinte sempre é penoso.

Forçar a barra com uma carga horária de estudos exagerada e com poucas horas de sono não irá acelerar seu processo de aprendizagem, pelo contrário, pois é justamente no sono que o cérebro transforma o conhecimento adquirido em memória de longo prazo.

A partir do momento em que você compensa horas de sono por horas de estudo, acaba por perder a vantagem competitiva que um sono adequado poderia lhe entregar: enraizamento do conhecimento e mente leve para a rotina diária de estudos.

#H20 – INTENSIFIQUE O ESTUDO NO PÓS-EDITAL

Sempre brinco dizendo que para dar sentido de vida a um concurseiro fale que seu tão esperado edital foi publicado. É aquele momento em que o coração dispara, a motivação e a empolgação redobram, pois chegou o grande dia.

Publicado o edital, a sensação de que não estamos preparados acontece com todos e é normal, até o primeiro colocado do concurso relatará isso. Nesta ocasião, mantenha a calma e tire o dia da publicação para traçar uma estratégia.

O estudo pré-edital lhe prepara para formação de sua base, mas considero o estudo pós-edital um fator decisivo para a aprovação. Lembrando que quem não fez base de estudo pré-edital dificilmente consegue tirar o atraso somente no pós-edital, a depender da complexidade do concurso.

É chegada a hora de intensificar os estudos aumentando a carga horária para assim sanar seus pontos fracos; cobrir eventual novidade de conteúdo; aprofundar, treinar por questões e revisar o conhecimento de matérias que você já domina.

Faça um cronograma específico para reta final, reveja o planejamento e o material. Priorize cobrir disciplinas novas no início para que nas semanas de véspera da prova você fique apenas fazendo revisões e questões.

Apesar deste ser aquele momento “faca na caveira”, não deixe de lado os hábitos anteriores, com destaque especial para o respeito aos seus limites; a combinação de estudos, lazer e descanso; e a manutenção de uma alimentação saudável com prática de exercícios físicos.

#H21 – ESQUEÇA A CONCORRÊNCIA

Os concursos estão cada vez mais concorridos, não tem como negar, são milhares de inscritos com candidatos de todo o país. Mas será que todos realmente fazem a prova? Devo ter medo do número de candidatos?

Após a realização das provas as bancas sempre divulgam o quantitativo de quem fez ou não a prova (abstenções). Pois saiba que o índice de abstenção dos concursos varia entre 30% e 50%, ou seja, quase metade dos candidatos pagam a inscrição e sequer pisam no local de prova.

Ainda tem aquele candidato que faz a inscrição e vai fazer a prova, mas nada estudou ou se estudou foi muito pouco. “Vai que dá certo”, é o que pensa o candidato que “caiu de paraquedas” lá na sala de prova.

Na verdade, diria que seu inimigo nesse processo é unicamente a banca do concurso. Esqueça o colega do lado, seu objetivo é não ser eliminado pelos critérios exigidos pela banca para aprovação e nota de corte para as próximas fases.

Quando for fazer a prova, vá concentrado e predestinado a “destruir” a banca. Essa mentalidade pode lhe ajudar a reduzir o nervosismo e elevar a autoafirmação da aprovação.

O seu inimigo pode ser a banca, mas o seu concorrente real é você. Todo dia é uma luta na busca de hoje ser melhor do que ontem, um esforço para se manter motivado, bater metas de horas de estudos, cobrir conteúdo programático, melhorar percentual de acertos, ter controle emocional...

#H22 – VEJA O OUTRO LADO DA REPROVAÇÃO

Não é fácil receber a notícia de que foi reprovado no concurso de sua vida. Chore um dia, quem sabe dois, só não vale desistir.

Como diria aquela famosa música, “sacode a poeira e dá a volta por cima”, o que me faz lembrar também daquela conhecida frase tantas vezes repetida nas desilusões amorosas, mas que aqui também se aplica, “a fila anda”.

Reprovações fazem parte dessa jornada e nos fortalece. A aprovação pode não ser tão rápida quanto desejamos, mas uma coisa é certa, só passa quem persiste, quem não desiste. Candidatos que naquele momento estavam mais bem preparados foram aprovados, mas você está lá na fila, o próximo é você!

Ao se deparar com a reprovação, veja o outro lado da moeda. Sem dúvida você já deve estar bastante adiantado, talvez já tenha amplo conhecimento de todo o conteúdo programático. O estudo então poderá consistir basicamente em revisões, questões e aprofundamento. Sua situação será de um candidato nível avançado, não sinta que começará do zero.

Se me perguntassem o segredo para a aprovação, eu diria que se resume a três palavras e que estão na essência de todos os hábitos de nosso livro: foco, método e disciplina. Reflita então se houve alguma falha nesses pontos, sane as deficiências e internalize os hábitos da aprovação que você garantirá sua vaga no próximo concurso. Acredite.

DESAFIO 22 DIAS COM OS HABITOS DA APROVAÇÃO

Para lhe ajudar a pôr em prática os ensinamentos deste livro, proponho o desafio de 22 dias vivendo os hábitos da aprovação. A cada dia será dado um passo para inclusão de sua nova rotina em seu dia a dia.

Vamos começar!

DIA 1 - ESTUDE ANTES DO EDITAL

Defina o dia que iniciará seus estudos. Não procrastine ou espere o edital ser publicado.

DIA 2 - MANTENHA O FOCO

Não caia na tentação de outros editais publicados que desviam seu foco. Não fique pesquisando sobre outros cargos. Siga focado no seu cargo ou área.

DIA 3 - UTILIZE UM MÉTODO

Faça seu Ciclo de Estudos. Defina uma meta de carga horária diária ou semanal. Registre o estudo diário.

DIA 4 - RESPEITE SEUS LIMITES

Estude procurando dar seu máximo, mas respeitando o que é possível para você conforme sua rotina diária. Seja realista nas metas e tenha pausas para descanso e lazer.

DIA 5 - ESTUDE POR UM ÚNICO E BOM MATERIAL

Pesquise e escolha seu material único, mantenha-se nele e solidifique assim sua base de conhecimento. Não existe material perfeito e 100% completo.

DIA 6 - TENHA UM LOCAL PRÓPRIO DE ESTUDOS

Escolha seu local de estudos e o deixe confortável.

DIA 7 - FOCUE NA PROVA OBJETIVA

Inicie com foco na prova objetiva. A preparação das demais etapas podem ser postergadas, pois dependem do conhecimento adquirido na etapa objetiva.

DIA 8 - PRIORIZE A LEITURA

Faça download dos PDF ou adquira seus livros. O material escrito lhe proporciona velocidade de leitura, memória fotográfica e contempla os 4 Pilares da Aprovação (doutrina, lei, jurisprudência e questões).

DIA 9 - ACOSTUME-SE A ESTUDAR NA TELA DO COMPUTADOR

Comece estudando pelo computador ou mescle o estudo (uma parte da leitura pela tela outra pelo material impresso).

DIA 10 - USE A TECNOLOGIA A SEU FAVOR

Utilize planilha on-line ou aplicativo para registrar a evolução dos seus estudos. Guarde seu material digital (e-books, PDF) na nuvem. Procure por aplicativos e sites que possam facilitar sua vida.

DIA 11 - ADOTE O OFF-LINE

Desligue o celular ou deixe-o no modo avião. Saia das redes sociais.

DIA 12 - TENHA UM ESTUDO ATIVO

Faça anotações, destaques e questões comentadas.

DIA 13 - FAÇA REVISÕES

Inclua revisões periódicas em seu planejamento para diminuir a Curva do Esquecimento.

DIA 14 - EVITE RESUMOS

Não dedique mais tempo fazendo resumos do que avançando na matéria, de preferência, evite-os. Se sente necessidade, faça com objetividade. Resumos devem ser curtos

DIA 15 - FAÇA CONCURSOS

Sinta a experiência de prova fazendo um concurso real.

DIA 16 - EXERCITE A AUTOMOTIVAÇÃO

Fale para você mesmo todos os dias que será aprovado. Faça seu Mural dos Sonhos.

DIA 17 - EVITE DIVULGAR QUE ESTUDA PARA CONCURSOS

Comente apenas para pessoas que realmente lhe incentivam. Evite a pressão desnecessária.

DIA 18 - FAÇA EXERCÍCIOS FÍSICOS E TENHA UMA ALIMENTAÇÃO EQUILIBRADA

Tenha uma alimentação saudável e faça exercícios físicos com regularidade. Melhore assim sua disposição e bem-estar.

DIA 19 - PROCURE TER UMA BOA NOITE DE SONO

Durma de 7 a 9 horas todos os dias.

DIA 20 - INTENSIFIQUE O ESTUDO NO PÓS-EDITAL

Adicione mais horas no pós-edital. Faça um novo planejamento de reta final. Respeite seus limites.

DIA 21 - ESQUEÇA A CONCORRÊNCIA

Seu concorrente é você e seu inimigo é a banca. Supere-se a cada dia e não seja eliminado pela nota de corte ou critérios da banca.

DIA 22 - VEJA O OUTRO LADO DA REPROVAÇÃO

Perceba que você já está em nível avançado, a retomada não será do zero. Sane as deficiências e aprofunde o conteúdo. O próximo da fila é você.

SOBRE O AUTOR



Diego Moreira Rebouças nasceu em Tabuleiro do Norte, interior do Ceará. Formou-se em Administração pela Universidade de Fortaleza (Unifor) e em Direito pelo Instituto de Ensino Superior de Brasília (Iesb), sendo também especialista em Direito Tributário pela Escola Nacional de Administração Pública (Enap). Já foi empresário, Agente Autônomo de Investimentos e Analista Tributário da Receita Federal do Brasil. Atualmente é Auditor-Fiscal da Receita Federal do Brasil e *coach* para concursos.

ME FAZ UM PEQUENO FAVOR?

Você sabia que a grande maioria dos leitores não fazem avaliação ou comentário sobre os livros comprados e lidos?

Pois é. Esse *feedback* é importantíssimo para o autor no sentido de atualizar a obra para que esteja sempre atendendo todas as expectativas do querido leitor!

Se você gostou desse livro, gostaria de lhe pedir encarecidamente para fazer um pequeno comentário [aqui](#).

Não precisa escrever muito, pode ser uma frase!

Eu sempre leio todos os comentários para deixar o livro o mais perfeito possível para meus leitores que merecem o melhor.

[Faça sua avaliação aqui!](#)

Ah, só mais uma coisa, por mais que eu revise mil vezes, sempre passa um errinho de português, não tem jeito.

Se desejar me enviar erros, sugestões ou dúvidas por e-mail para aprimorarmos o livro, fique à vontade! Ficarei muito feliz em responder a todos vocês e será um grande prazer.

Segue meu e-mail:

22habitosparapassar@gmail.com

Aproveita também e me segue no [Instagram](#) que estarei sempre interagindo sobre nossos Hábitos da Aprovação e concursos em geral! Segue perfil:

[@22habitosparapassar](#)

Espero ter contribuído para seu sucesso nessa jornada.

Um grande abraço, obrigado e segue firme!